



開二中の教育相談

開進第二中学校 教育相談担当

No.2 令和3年9月発行

* 教育相談とは？ *

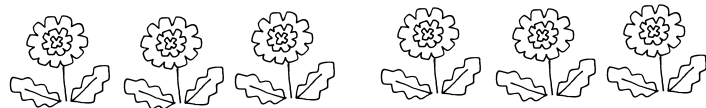
生徒のみなさん、学校生活を送る中で心配なことや悩んだり困ったりすることはありませんか？
「教育相談」とは、学校生活を通して行う相談活動です。開二中では、先生も含めた職員全体で、みなさんの悩みや困りに対し向き合っています。困ったときは、ひとりで悩まず、近くの大人に相談しましょう。

* 2学期が始まります。 *

夏休みが終わり、2学期が始まりました。緊急事態宣言下での夏休み、そして2学期スタートとなります。現在は、22の都道府県で宣言が発出されており、全国的な感染となっていますね。

生徒の皆さん、そして保護者の皆さんにとっても、我慢や不満の多い日々を過ごしているのではないのでしょうか。中には、心配事が増えた人もいるのではないのでしょうか。

困ったときは、誰かに話してみることで気持ちが楽になったり、解決方法が見つかることが多くあります。どんな小さなことでもかまいません。人に打ち明けることで心にゆとりをもてたり、早く解決に至ることもたくさんあります。もし何か困ったり悩んでいることがあれば、学校内外にある相談機関を活用しましょう。一人で悩み続ける、困り続けるのが一番苦しいことです。ぜひ相談してみましょう。



学校内で相談できるところ

- ・担任の先生、学年の先生、校内の全職員
 - ・保健室(保健室の先生)
 - ・相談室(スクールカウンセラー、心のふれあい相談員)
- 相談室のオープン日は、学校ホームページ、相談室タブ内、「相談室だより」を確認してください。学校にも、相談できる人はたくさんいます。心を開いて話をしてみましょう。

練馬区内で相談できるところ

- ・練馬区子ども家庭支援センター
- ・学校教育支援センター教育相談室
- ・練馬区保健相談所 など

練馬区内にも、相談できる場所があります。学校内では相談しづらい場合には、学校外の機関を活用しましょう。保護者の方の受け付けが必要な所もありますので、詳しくは、練馬区ホームページから確認しましょう。

区外やインターネットで相談できるところなど

- ・東京はいじめ相談ほっとライン
 - ・相談ほっとLINE@東京
 - ・24時間子どもSOSダイヤル
 - ・話してみなよ東京子供ネット
 - ・こたエール
 - ・ヤング・テレホン・コーナー など
- 24時間電話できたり、インターネットで相談できるものもあります。自分にあった形で相談しましょう。

裏面に、相談窓口一覧を掲載します。

→裏面へ

開二中のご案内

・相談室直通電話 080-7181-9807

・職員室 03-3993-1348

※相談室閉室日は、相談室直通電話の留守番電話にメッセージを入れてください。後日連絡させていただきます。

【電話での相談】

○練馬区立学校教育支援センター 月～土曜日 午前9時～午後5時
 ※金曜日午後6時まで ※祝休日・年末年始は除く
 光が丘 03-5998-0091 練馬 03-3991-3666
 関 03-3928-7200 大泉 03-6385-4681
 ※自分の性格や行動、学校生活、家族のこと等に関する相談ができます。

○東京都いじめ相談ホットライン（24時間対応） 0120-53-8288
 ※いじめ、不登校、友人関係等に関する相談ができます。

○24時間子供SOSダイヤル（24時間対応） 0120-0-78310
 ※いじめの問題や家族のこと、その他の子供に関する様々な相談ができます。

【メールでの相談】

○教育相談メールフォーム
 右のQRコードを読み取り、相談してください。
 ※学校生活全般に関する相談ができます。



○いじめ相談メールフォーム
 右のQRコードを読み取り、相談してください。
 ※いじめに関する相談ができます



【アプリやSNSでの相談】

○ねりまホッとアプリ
 右のQRコードを読み取り、相談してください。
 ※心配なこと、悩みなどの相談ができます。



○相談ほっとLINE@東京
 右のQRコードを読み取り、相談してください。
 ※学校生活全般に関する相談ができます。



※「教育相談メール」、「ねりまホッとアプリ」は、タブレットの「お気に入り」からもアクセスできますが、その場合はお返事ができません。

左の一覧表は、学校ホームページにも掲載してあります。

不安や悩みがあるときは… 一人で悩まず、相談しよう

練馬区立学校用 令和3年9月版

<p>東京都いじめ相談ホットライン</p> <p>いじめ、不登校、友人関係、発達障害、自傷行為等に関する相談</p> <p>24時間対応 0120-53-8288</p> <p>メール相談 <input type="text"/> 東京都 教育相談 <input type="text"/> 検索</p> <p>東京都教育相談センターホームページのメール相談をクリック</p> <p>東京都教育相談センター</p>	<p>相談ほっとLINE@東京</p> <p>都内の中学生・高校生向けのSNS相談</p> <p>毎日 15:00～23:00</p> <p>受付は22:30まで</p> <p>東京都教育相談センター</p>	<p>練馬区立学校教育支援センター</p> <p>子供の性格や行動、学校生活、子育て等に関する相談</p> <p>教育相談室（光が丘）電話03-5998-0091</p> <p>練馬 電話：03-3991-3666</p> <p>関 電話：03-3928-7200</p> <p>大泉 電話：03-6385-4681</p>	
<p>24時間子供SOSダイヤル</p> <p>いじめの問題やその他の子供に関する相談全般</p> <p>24時間対応</p> <p>フリーダイヤル 0120-0-78310</p> <p>全国統一ダイヤル</p>	<p>こころといのちのほっとライン</p> <p>生きることに悩んでいる人のための相談</p> <p>はなしてなやみ</p> <p>0570-087478</p> <p>毎日 12:00～翌朝5:30</p> <p>東京都福祉保健局</p>	<p>話してみなよ 東京都子供ネット</p> <p>いじめ、体罰、虐待等の子供の人格侵害に関する相談</p> <p>フリーダイヤル 0120-874-374</p> <p>平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00</p> <p>（年末年始を除く）</p> <p>東京都児童相談センター（子供の権利センター）</p>	<p>性暴力被害ダイヤルNaNa</p> <p>性暴力・性被害に関する相談</p> <p>24時間対応</p> <p>03-5607-0799</p> <p>性暴力被害センター・東京</p>
<p>考えよう！いじめ・SNS@Tokyo</p> <p>いじめ防止とSNSの適切な利用に役立つウェブサイト・アプリ</p> <p>◆「こころといのちのほっとライン」の相談ホットラインに電話ができます。</p> <p>◆このメールのネット相談実行フォームにつながります。</p> <p><input type="text"/> 考えよう！いじめ SNS <input type="text"/> 検索</p> <p>東京都教育委員会</p>	<p>よいこに電話相談</p> <p>学校、子育てで、子供に関する相談全般</p> <p>よいこに 03-3366-4152</p> <p>03-3366-6036</p> <p>平日 9:00～21:00 土日祝日 9:00～17:00</p> <p>（年末年始を除く）</p> <p>東京都児童相談センター</p>	<p>ヤング・テレホン・コーナー</p> <p>非行、いじめ、不登校、犯罪被害等に関する相談</p> <p>24時間対応 03-3580-4970</p> <p>◆月～金 8:30～17:15 専門の担当者（心療医、警察官）</p> <p>◆夜間、土日祝日 番員の警察官 が対応</p> <p>警視庁 少年相談室</p>	
<p>こたメール</p> <p>ネット・スマホのトラブル相談</p> <p>電話相談 0120-1-78302</p> <p>LINE相談 アカウント名「相談ほっとLINE@東京」</p> <p>メール相談 <input type="text"/> こたメール <input type="text"/> 検索</p> <p>月～土 15:00～21:00（祝日・年末年始を除く）</p> <p>LINE相談は20:30まで受付 メール相談は24時間受付</p>	<p>こころの電話相談</p> <p>心の健康に関する相談</p> <p>平日9:00～17:00（土日祝日、年末年始を除く）</p> <p>池袋、新橋、品川、目黒、大田、世田谷、渋谷、中野、杉並、練馬</p> <p>03-3302-7711</p> <p>手代田、中央、文京、台東、墨田、江東、豊島、北、荒川、板橋、足立、葛飾、江戸川、葛飾地域</p> <p>03-3844-2212</p> <p>多摩地域（23区、葛飾地域以外）</p> <p>042-371-5560</p> <p>東京都立精神保健福祉センター</p>	<p>こころの電話相談室</p> <p>子供の行動や心の発達等に関する相談</p> <p>月～土 9:30～11:30 13:00～16:30</p> <p>（祝日、年末年始を除く）</p> <p>042-312-8119</p> <p>東京都立小児総合医療センター</p>	

不安や悩みは誰にでもあります。身近にいる信頼できる大人や、上にある相談機関に相談してみましょう。